

給食だより



令和7年12月
中学校コース

帯広市学校給食センター
帯広市南町南8線42番地3
TEL 49-1900

献立名	黄 おもにエネルギーの もとになる食品	赤 おもに体をつくる食品	緑 おもに体の調子を整える食品	アレルギー 表示
<p>1日(月)</p> <p>かぼちゃと小豆のムース 十勝ごぼうと枝豆のサラダ ～シェフ仕立て～ 大豆と長芋のオビリー ハンバーグ～デミグラスソース～ 十勝じゃがもち ブランパン ベーコンと白菜の スープ</p>	<p>十勝産のじゃが芋とプランを 練り込み、食物繊維たっぷりの 美味しいパンです！</p> <p>十勝じゃがもち ブランパン</p> <p>長芋</p> <p>北海道ホテルのシェフに ドレッシングを監修して もらいました。 帯広産玉葱をすりおろし、 ちょっぴりしょうがを プラスした和風の味付け になっています。 ごぼうとの相性がとって もよいです♪</p>	<p>ベーコン</p> <p>鶏肉、大豆</p> <p>豆乳、小豆</p> <p>牛乳</p>	<p>白菜、人参、パセリ</p> <p>玉葱、人参</p> <p>ごぼう、人参、枝豆、玉葱</p> <p>かぼちゃ</p>	<p>卵・乳・小麦</p> <p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
<p>2日(火)</p> <p>和風マカロニ サラダ 鶏肉のうま煮 じゃが芋の みそ汁</p>	<p>ご飯</p> <p>じゃが芋のみそ汁</p> <p>鶏肉のうま煮</p> <p>和風マカロニサラダ</p> <p>牛乳</p>	<p>ご飯</p> <p>じゃが芋</p> <p>わかめ、油揚げ</p> <p>鶏肉、高野豆腐、ちくわ</p> <p>マカロニ</p> <p>牛乳</p>	<p>人参、こんにゃく、さやいんげん</p> <p>人参、枝豆</p>	<p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
<p>3日(水)</p> <p>スペシャル ぎょうざ あんかけ丼</p>	<p>あんかけ丼</p> <p>スペシャルぎょうざ</p> <p>牛乳</p>	<p>ご飯</p> <p>ぎょうざの皮</p> <p>豚肉</p> <p>豚肉、鶏肉</p> <p>牛乳</p>	<p>玉葱、白菜、人参、もやし、筍、きくらげ</p> <p>キャベツ、玉葱</p>	<p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
<p>4日(木)</p> <p>フルーツ カクテル パンネ ボロネーゼ</p>	<p>パンネボロネーゼ</p> <p>フルーツカクテル</p> <p>牛乳</p>	<p>パンネ</p> <p>ゼリー</p> <p>豚肉、大豆、金時豆、手巾豆</p> <p>牛乳</p>	<p>玉葱、人参</p> <p>桃、パイナップル、ナタデココ</p>	<p>小麦</p> <p>乳</p>
<p>5日(金)</p> <p>白菜の 煮びたし 和風ほっけ フライ 鶏団子汁</p>	<p>ご飯</p> <p>鶏団子汁</p> <p>和風ほっけフライ</p> <p>白菜の煮びたし</p> <p>牛乳</p>	<p>ご飯</p> <p>鶏肉</p> <p>ほっけ</p> <p>油揚げ</p> <p>牛乳</p>	<p>玉葱、人参、椎茸、大根、長葱</p> <p>白菜、しめじ、人参</p>	<p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
<p>8日(月)</p> <p>ごまドレサラダ ポークチャップ コッペパン とうもろし プースー</p>	<p>コッペパン</p> <p>とうもろしプースー</p> <p>ポークチャップ</p> <p>ごまドレサラダ</p> <p>牛乳</p> <p>大空学園9年B組の生徒がネーミング を考えました！並びかえると…？</p>	<p>コッペパン</p> <p>ごま</p> <p>豚肉</p> <p>牛乳</p>	<p>玉葱、コーン、パセリ</p> <p>玉葱、枝豆</p> <p>キャベツ、人参、きゅうり</p>	<p>卵・乳・小麦</p> <p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
<p>9日(火)</p> <p>中華風 体操サラダ 僕の友達 チャップ・チェ 孫悟飯 チュウカスープ</p>	<p>孫悟飯</p> <p>チュウカスープ</p> <p>僕の友達チャップ・チェ</p> <p>中華風体操サラダ</p> <p>牛乳</p> <p>第五中学校3年3組の生徒が 献立の組み合わせを考えました！</p> <p>体操?!海苔?!</p>	<p>ご飯</p> <p>春雨</p> <p>豚肉</p> <p>昆布</p> <p>牛乳</p>	<p>もやし、えのき茸、長葱</p> <p>人参、玉葱、筍</p> <p>大根、きゅうり</p>	<p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
<p>10日(水)</p> <p>オニオン ドレッシングサラダ ポーク カレーライス</p>	<p>ポークカレーライス</p> <p>オニオンドレッシングサラダ</p> <p>牛乳</p>	<p>ご飯、じゃが芋</p> <p>鶏肉</p> <p>牛乳</p>	<p>玉葱、人参</p> <p>キャベツ、人参、きゅうり</p>	<p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
<p>11日(木)</p> <p>大学芋 ラーメン 豚麺</p>	<p>大学芋</p> <p>ラーメン</p> <p>豚麺</p> <p>牛乳</p> <p>ふためんは大空学園9年A組の 生徒が考えた豚骨ラーメンです！ 野菜たっぷり豚骨ラーメンを 味わってください♪</p>	<p>ラーメン</p> <p>さつま芋</p> <p>牛乳</p>	<p>キャベツ、もやし、にら、きくらげ</p>	<p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>
<p>12日(金)</p> <p>三色きんぴら サバサバの みそ煮 豚豚汁</p>	<p>ご飯</p> <p>豚豚汁</p> <p>サバサバのみそ煮</p> <p>三色きんぴら</p> <p>牛乳</p> <p>第五中学校3年2組の生徒が献立 の組み合わせを考えました！</p>	<p>ご飯</p> <p>じゃが芋</p> <p>さば</p> <p>ごま</p> <p>豚肉、豆腐</p> <p>牛乳</p>	<p>人参、大根、ごぼう、長葱</p> <p>こんにゃく、人参、枝豆</p>	<p>小麦</p> <p>小麦</p> <p>乳</p>

15日 (月)		ブランパン	ブランパン			卵・乳・小麦
		リーキのオビリースープ	ベーコン	白菜、玉葱、リーキ、人参	小麦	
		チキンカツ	鶏肉		小麦	
		コールスローサラダ		キャベツ、人参、きゅうり	小麦	
		牛乳	牛乳		乳	
16日 (火)		チャハーン	ご飯	豚肉	人参、コーン、さやいんげん	小麦
		わかめの中華スープ		ハム、わかめ	白菜、筍	小麦
		しゅうまい	しゅうまいの皮	鶏肉、豚肉	玉葱	小麦
		牛乳	牛乳		乳	
17日 (水)		ご飯	ご飯			
		なめこのみそ汁		油揚げ	大根、なめこ	
		揚げごぼうと豚肉の甘辛炒め	ごま	豚肉	ごぼう	小麦
		キャベツの昆布和え		昆布	キャベツ、枝豆、人参	小麦
		牛乳	牛乳		乳	
18日 (木)		野菜と生姜のみそうどん	うどん	豚肉、油揚げ	玉葱、人参、しめじ	小麦
		冬至ぜんざい	かぼちゃもち、白玉もち	小豆		
		牛乳	牛乳		乳	
19日 (金)		ペッパーライス	ご飯	豚肉、牛肉	玉葱、コーン、長葱	小麦
		熟成メークインのポトフ	じゃが芋	ウインナー	玉葱、人参、パセリ	小麦
		りんごゼリー	ゼリー		りんご	
		牛乳	牛乳		乳	
22日 (月)		ミルクパン	ミルクパン			卵・乳・小麦
		オニオンスープ	ベーコン		玉葱、人参、パセリ	小麦
		鶏じゃが	じゃが芋	鶏肉	玉葱、人参、トマト	小麦
		イタリアンサラダ			キャベツ、きゅうり、枝豆	
		牛乳	牛乳		乳	
23日 (火)		チキンライス～想いを描いて～	ご飯	鶏肉	人参、コーン、玉葱	
		アルファベットスープ～想いを伝えて～	マカロニ、じゃが芋	ベーコン	玉葱、人参、コーン	小麦
		オムレツ～想いを包んで～パックケチャップ～		卵		卵
		クリスマス米粉のいちごケーキ	米粉	豆乳	いちご	
		牛乳	牛乳		乳	

- * 魚には骨がついていることがあります。気をつけて食べましょう。
- * 調味料や添え物には下線を記入しています。
- * 新しいメニューには、☺マークがつかます。
- * 材料の都合により、献立・産地が変更になることがありますので、ご了承ください。
- * 給食費は食材購入の大切な財源です。忘れずに納入しましょう。

アレルギー表示欄は
**えび、かに、くるみ、小麦、
 そば、卵、乳、落花生**
 上記8品目のみ表示しています。

12月の 平均値	エネルギー	820 kcal
	たんぱく質	33.2 g
	脂質	25.4 g

～12月に使用する十勝産・北海道産食材の紹介～

<p><野菜></p> <ul style="list-style-type: none"> ・玉葱 ・人参 ・大根 ・ごぼう ・じゃがいも ・白菜 ・リーキ ・にんにく ・小豆 ・さやいんげん ☆枝豆 ☆コーン 	<p>帯広(泉さん・中村さん)</p> <p>帯広(泉さん)、府県産</p> <p>帯広(斎藤さん)</p> <p>帯広(和田さん)、府県産</p> <p>帯広(井上さん)</p> <p>幕別(小笠原さん)、府県産</p> <p>幕別(小笠原さん)</p> <p>十勝</p> <p>帯広</p> <p>十勝</p> <p>十勝</p> <p>十勝</p>	<p><豆腐類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆豆腐 ・油揚げ <p><肉類></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆豚肉 ☆鶏肉 ・ベーコン、ハム <p>(十勝産・道産以外になることもあります)</p> <p>☆マークが付いている食材は年間を通して十勝産です。</p>	<p>十勝</p> <p>十勝</p> <p>十勝</p> <p>十勝、道内</p> <p>道内</p>	<p><調味料・その他></p> <ul style="list-style-type: none"> ☆しょうゆ ☆白しょうゆ ☆赤みそ ☆白みそ ☆でん粉 ・ご飯 ☆パン(小麦) <p>十勝</p> <p>十勝</p> <p>十勝</p> <p>十勝</p> <p>道内</p> <p>帯広</p>
--	--	--	--	--

帯広市学校給食センターのホームページは、帯広市ホームページ
<http://www.city.obihiro.hokkaido.jp/>から、
 目的で探す→学校教育→学校→学校給食 でご覧になることができます。

